



Município de Caminha 26 a 30 de Junho		SEGUNDA-FEIRA
Sopa	Sopa de couve-branca	
Prato	Puré com almondegas	
Hortícolas	Salada de alface, tomate e cenoura	
Vegetariano	Massa de feijão vermelho, couve-branca e cenoura com molho de tomate	
Fruta	Fruta da época	
		TERÇA-FEIRA
Sopa	Sopa de couve lombarda	
Prato	Filetes de cavala no forno com tomilho e limão e arroz de feijão	
Hortícolas	Couve branca e cenoura cozida	
Vegetariano	Estufado de grão-de-bico aos cubos com batata cozida	
Fruta	Fruta da época	
		QUARTA-FEIRA
Sopa	Creme de abobora e feijão vermelho	
Prato	Jardineira de frango	
Hortícolas	Salada de alface, tomate e cenoura	
Vegetariano	Chilli de feijão vermelho com arroz branco	
Fruta	Fruta da época	
		QUINTA FEIRA
Sopa	Sopa de couve branca	
Prato	Bifes de peru com cogumelos salteados e massa esparguete cozida	
Hortícolas	Salada de alface, couve roxa e tomate	
Vegetariano	Arroz branco com tofu estufado aos cubos	
Fruta	Fruta da época	
		SEXTA-FEIRA
Sopa	Creme de cenoura	
Prato	Pescada à Gomes de Sá	
Hortícolas	Salada de alface, tomate e cebola	
Vegetariano	Arroz de feijão com estufado de legumes (couve-lombarda, couve-branca, cenoura)	
Fruta	Fruta da época	

Excecionalmente, por motivos de indisponibilidade dos produtos alimentares nos fornecedores, a ementa poderá ser alterada sem aviso prévio. As refeições contêm ou poderão conter substâncias ou produtos alergénios, que para quem não é alérgico ou intolerante são totalmente inofensivos. Qualquer alteração à ementa deve ser solicitada previamente. Se o seu filho apresentar alguma alergia, avise a educadora e apresente declaração médica.